Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
6 (1) 2026, Page: 17944-17948

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Audiovisual* Terhadap Perilaku Pola Makan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II

Adinda Pebriani, Istianah[1], Egi Komara Yudha[2], Lisbet Octavia Manalu[3]
[1] Institut Kesehatan Rajawali
Email: [1]adindapebriani625@gmail.com

Corresponding Author : Adinda, Adinda Pebriani, adindapebriani625@gmail.com

Published: Maret , 2026

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 (DMT2) merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat, khususnya di Indonesia, di mana manajemen nutrisi yang tidak memadai menjadi pendorong utama kadar gula darah yang tidak terkontrol. Edukasi kesehatan tradisional seringkali gagal melibatkan pasien secara efektif, sehingga diperlukan pendekatan yang lebih interaktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh edukasi kesehatan berbasis audiovisual terhadap praktik diet pasien DMT2 di Posbindu Puskesmas Parongpong tahun 2025. Desain penelitian pra-eksperimental dengan rancangan *single-group pretest-posttest* digunakan dalam studi ini. Penelitian melibatkan 30 responden yang dipilih melalui metode *complete sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner sikap diet yang telah divalidasi dan dianalisis menggunakan uji statistik Wilcoxon untuk mengukur perubahan perilaku sebelum dan sesudah intervensi. Penilaian awal mengungkapkan bahwa mayoritas partisipan (83,3%) memiliki kebiasaan diet yang "Buruk". Setelah intervensi audiovisual, 100% responden mencapai kategori "Baik" dalam praktik diet mereka. Analisis statistik menunjukkan dampak yang sangat signifikan dengan nilai $p < 0,001$. Penyampaian edukasi kesehatan melalui media audiovisual menghasilkan peningkatan substansial dalam perilaku makan pasien DMT2. Metode interaktif ini sangat direkomendasikan untuk diintegrasikan ke dalam program pembelajaran rutin di Posbindu guna meningkatkan hasil kesehatan pasien.

Keywords: Pendidikan Kesehatan, Audiovisual, Pola Makan, Diabetes Mellitus Tipe II.

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a growing global health concern, particularly in Indonesia, where inadequate nutritional management remains a primary driver of uncontrolled blood sugar levels. Traditional health education often fails to engage patients effectively, necessitating more interactive approaches. This study aimed to evaluate the influence of audiovisual-based health education on the dietary practices of T2DM patients at the Parongpong Community Health Center (Posbindu) in 2025. A pre-experimental, single-group pretest-posttest design was employed. The study involved 30 respondents selected through a complete sampling method. Data were collected using a validated dietary attitude questionnaire and analyzed using the Wilcoxon statistical test to measure behavioral changes before and after the intervention. Initial assessments revealed that the majority of participants (83.3%) had "Poor" dietary habits. Following the audiovisual intervention, 100% of respondents achieved a "Good" rating in their dietary practices. Statistical analysis demonstrated a highly significant impact with a p-value < 0.001. Delivering health education through audiovisual media leads to substantial improvements in the eating behaviors of T2DM patients. This interactive method is highly recommended for integration into regular Posbindu learning programs to enhance patient outcomes.

Keywords: *Health Education, Audiovisual, Diet, Type II Diabetes Mellitus.*

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Diabetes melitus tipe 2 (DMT2) adalah masalah kesehatan yang semakin berkembang di seluruh dunia disebabkan oleh gangguan dalam sekresi insulin yang mengakibatkan hiperglikemia kronis. International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2023 menginformasikan bahwa lebih dari 400 juta orang di seluruh dunia mengidap diabetes, dengan sebagian besar adalah DMT2. Masalah ini tidak hanya berpengaruh pada kesehatan individu tetapi juga menciptakan beban ekonomi yang signifikan akibat perawatan jangka panjang (Nofi Susanti *et al.*, 2024). World Health Organization (WHO, 2023) melaporkan bahwa jumlah penderita diabetes mencapai 537 juta dan diperkirakan akan naik menjadi 643 juta pada tahun 2030. Di Indonesia, prevalensi diabetes melitus adalah 3,2% pada tahun 2023, naik dari 2% pada tahun 2018, dan juga menjadi salah satu penyebab utama kematian dengan berbagai komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (Trihono, 2023).

Data Puskesmas Parongpong menunjukkan terdapat 396 pasien diabetes melitus, dengan mayoritas perempuan (70,7%). Peningkatan kasus ini erat kaitannya dengan gaya hidup tidak sehat, terutama pola makan tinggi karbohidrat sederhana, lemak jenuh, dan rendah serat yang menyebabkan kadar gula darah tidak terkontrol (Kemenkes, 2022). Oleh karena itu, pengaturan pola makan yang tepat menjadi komponen penting dalam pengelolaan diabetes (Trihono, 2023). Salah satu upaya untuk meningkatkan perilaku pola makan adalah melalui pendidikan kesehatan. Namun, metode konvensional seperti ceramah seringkali kurang efektif. Metode audiovisual menjadi alternatif karena menggabungkan suara dan gambar sehingga lebih menarik dan mudah dipahami. Penelitian menunjukkan bahwa media audiovisual lebih efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap dibandingkan metode ceramah (Sadiah *et al.,* 2024). Pendidikan kesehatan yang tepat dapat membantu pasien memahami pentingnya diet dan pengelolaan penyakit secara mandiri (Kim & Hur, 2021).

Seiring perkembangan teknologi, penggunaan media audiovisual dalam pendidikan kesehatan terbukti mampu meningkatkan pemahaman dan retensi informasi melalui kombinasi gambar, suara, dan animasi (Nita *et al.,* 2024). Selain itu, Posbindu sebagai program pembinaan penyakit tidak menular memiliki peran penting dalam memberikan edukasi kepada masyarakat, meskipun masih terdapat pasien yang belum memiliki perilaku pola makan yang baik (Zanzibar *et al.,* 2024).

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode audiovisual terhadap perilaku pola makan pada pasien diabetes melitus di Posbindu wilayah kerja Puskesmas, dengan harapan dapat meningkatkan efektivitas edukasi kesehatan dalam pengelolaan diabetes melitus.

METODE

Studi ini menerapkan desain kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimental melalui rancangan one group pretest-posttest untuk meneliti dampak pendidikan kesehatan dengan metode audiovisual terhadap kebiasaan makan pasien diabetes melitus (Sugiyono, 2022). Penelitian ini dilaksanakan di Posbindu yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Parongpong dengan melibatkan 30 responden yang ditentukan menggunakan teknik total sampling (Notoatmodjo, 2018).

Variabel yang tidak tergantung adalah pendidikan kesehatan dengan metode audiovisual, sedangkan variabel yang tergantung adalah kebiasaan makan. Pengumpulan informasi dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya (Nursalam, 2019). Pengukuran dilakukan sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) intervensi edukasi menggunakan media audiovisual (Sadiah *et al.,* 2024).

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Penelitian ini juga telah memenuhi pedoman etika penelitian dengan adanya persetujuan yang diinformasikan dan menjaga kerahasiaan data responden (Notoatmodjo, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 30 responden pasien Diabetes Melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Parongpong. Berdasarkan data demografi, karakteristik responden didominasi oleh kelompok usia dewasa akhir (46–55 tahun) sebanyak 15 orang (50%) dan mayoritas berjenis kelamin perempuan, yaitu 21 responden (70%).

Tabel 1. Gambaran Perilaku Pola Makan Sebelum Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Audiovisual.

Pengetahuan Sebelum	Frekuensi	Persentase
Kurang	25	83.3
Cukup	3	10.0
Baik	2	6.7
Total	30	100.0

Deskripsi perilaku pola makan sebelum diberikan pendidikan kesehatan (pre-test) menunjukkan bahwa mayoritas responden termasuk dalam kategori "Kurang", yaitu 25 orang (83,3%). Hanya ada 3 responden (10,0%) dalam kategori "Cukup" dan 2 responden (6,7%) dalam kategori "Baik".

Tabel 2. Gambaran perilaku pola makan sesudah Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Audiovisual

Pengetahuan Sesudah	Frekuensi	Persentase
Kurang	0	0.0
Cukup	0	0.0
Baik	30	100.0
Total	30	100.0

Setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan menggunakan metode audiovisual, terjadi transformasi perilaku yang sangat signifikan. Seluruh responden (100%) menunjukkan peningkatan ke kategori "Baik". Tidak ditemukan lagi responden dengan kategori perilaku "Kurang" maupun "Cukup" pada tahap *post-test*.

Tabel 3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Audiovisual Terhadap Perubahan Perilaku Pola Makan

		Perilaku Pola Makan Setelah Pendidikan Kesehatan				
		Kurang	**Cukup**	**Baik**	**Total**	**Nilai *p***
Perilaku Pola Makan Sebelum Pendidikan Kesehatan	**Kurang**	0 (0,0)	0 (0,0)	25 (83,3)	25 (83,3)	< 0,001
	Cukup	0 (0,0)	0 (0,0)	3 (10,0)	3 (10,0)	
	Baik	0 (0,0)	0 (0,0)	2 (6,7)	2 (6,7)	
Total		0 (0,0)	0 (0,0)	30 (100)	30 (100)	

Analisis tentang keefektifan intervensi dilaksanakan dengan uji normalitas Shapiro-Wilk yang menunjukkan bahwa data pasca-tes tidak berdistribusi normal ($p < 0,001$). Karena itu ,pengujian hipotesis dilanjutkan dengan uji *non-parametrik Wilcoxon*. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai p-value < 0,001, yang berarti jauh di bawah tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Selain itu, hasil Sign Test memperkuat temuan ini dengan data bahwa 28 responden (93,3%) mengalami kenaikan skor secara nyata, sementara 2 responden (6,7%) tetap, dan tidak ada yang mengalami penurunan skor. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima: terdapat pengaruh yang sangat signifikan dari pendidikan kesehatan metode audiovisual terhadap perilaku pola makan pasien. Rendahnya perilaku pola makan responden sebelum intervensi (83,3% kategori kurang) dipengaruhi oleh ketidakteraturan jadwal makan dan ketidakpatuhan terhadap jenis serta jumlah nutrisi yang dianjurkan (prinsip 3J). Data lapangan mengungkap bahwa pasien masih sering mengonsumsi makanan tinggi gula, gorengan, dan minuman manis karena kurangnya pengetahuan mendalam mengenai diet diabetes. Secara teoritis, pengetahuan merupakan domain awal yang sangat menentukan terbentuknya perilaku kesehatan. Tanpa pemahaman yang tepat, pasien cenderung mempertahankan kebiasaan makan yang buruk yang berisiko memicu komplikasi kronis.

Pencapaian luar biasa di mana 100% responden beralih ke kategori "Baik" setelah intervensi membuktikan bahwa media audiovisual mampu menyederhanakan informasi medis yang kompleks menjadi tayangan yang menarik dan mudah dipahami. Berdasarkan (Health Belief Model, 1974), pemaparan membantu meningkatkan "Persepsi Manfaat" (perceived benefits), di mana pasien mulai menyadari secara visual bahwa kepatuhan diet berdampak langsung pada kestabilan gula darah dan pencegahan komplikasi serius seperti luka yang sulit sembuh.

Metode audiovisual memberikan keunggulan berupa stimulasi simultan terhadap indra penglihatan dan pendengaran, yang menurut teori pembelajaran, secara signifikan meningkatkan daya ingat dan retensi informasi dibandingkan metode ceramah konvensional. Visualisasi yang konkret membantu responden yang mayoritas adalah ibu rumah tangga (70%) untuk lebih mudah memilih bahan pangan dan mengolahnya sesuai prinsip diet di rumah. Efektivitas intervensi ini menegaskan bahwa inovasi media promosi kesehatan yang melibatkan teknologi sangat krusial dalam mendukung manajemen mandiri pasien penyakit tidak menular di tingkat komunitas.

SIMPULAN & SARAN

Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan melalui media audiovisual memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perubahan perilaku makan pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Parongpong. Hasil penelitian membuktikan bahwa sebelum diberikan intervensi, mayoritas responden memiliki perilaku makan dalam kategori kurang, namun setelah mendapatkan edukasi audiovisual, seluruh responden menunjukkan peningkatan perilaku makan ke kategori baik. Hal ini diperkuat oleh hasil uji statistik yang menunjukkan nilai signifikansi $p - value$ 0,001, yang berarti terdapat perbedaan yang nyata antara perilaku makan sebelum dan sesudah intervensi. Media audiovisual terbukti efektif sebagai sarana edukasi karena mampu meningkatkan pemahaman pasien melalui stimulasi indra pendengaran dan penglihatan secara bersamaan. Oleh karena itu, tenaga kesehatan disarankan untuk menggunakan media audiovisual secara berkelanjutan dalam program promosi kesehatan guna meningkatkan kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes.

Saran

Bagi Puskesmas Parongpong serta tenaga kesehatan, terutama mereka yang bertanggung jawab atas program Penyakit Tidak Menular (PTM), dianjurkan untuk secara teratur menggunakan media audiovisual dalam aktivitas edukasi di Posbindu. Cara ini telah terbukti lebih efektif daripada ceramah biasa dalam meningkatkan kepatuhan pasien diabetes melitus.

Untuk responden, diharapkan agar mereka tetap disiplin dalam menjalani pola makan yang telah dipelajari dan juga dapat menjadi motivator bagi penderita diabetes melitus lainnya di sekitarnya untuk menjalani gaya hidup sehat demi mencegah komplikasi. Selain itu, bagi peneliti yang akan datang, disarankan untuk memperluas penelitian dengan menambah variabel lain, seperti dukungan dari keluarga atau melakukan observasi jangka panjang terhadap kadar gula darah puasa (GDP), sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih tepat mengenai pengaruh klinis dari perubahan perilaku pola makan.

DAFTAR PUSTAKA

Kemenkes. (2022). *Profil kesehatan indonesia 2022*.

Kim, J., & Hur, M. (2021). *The Effects of Dietary Education Interventions on Individuals with Type 2 Diabetes : A Systematic Review and Meta-Analysis*.

Model, H. B. (1974). *The health belief model*.

Nita, A. V., Kurniyanti, M. A., & Sulaksono, A. D. (2024). *Effectiveness of Animation Video about Diabetes Mellitus Self-Care Management on The Level of Knowledge among Elderly*. *02*(05), 487–491.

Nofi Susanti, Rahayu, S., Mawarni, D., & Sabila, W. (2024). Faktor Risiko Dan Penatalaksanaan Diabetes Melitus Tipe 2. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, *10*(4), 713–721.

Notoatmodjo. (2018). *Buku Metodologi-Penelitian-Kesehatan-Notoatmodjo.pdf*.

Nursalam. (2019). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi & Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan.pdf*.

Sadiah, B. Y., Amalia, I. N., Firmana, D., Fikriana, B., Studi, P., Keperawatan, S., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Husada, D. (2024). *PENGARUH MEDIA AUDIOVISUAL DIABETIC FOOT CARE EDUCATION DIABETES MELITUS TIPE II DI PUSKESMAS GRIYA ANTAPANI KOTA BANDUNG PENDAHULUAN Penyakit metabolik merupakan gangguan akibat ketidakseimbangan proses metabolisme tubuh yang melibatkan enzim , gula , at*.

Trihono. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.

WHO. (2023). *World Health Statistics*.

Zanzibar, Lisdahayati, & M Agung Akbar. (2024). Pengetahuan Kader Posbindu Terhadap Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2. *Lentera Perawat*, *5*(1), 97–102. https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.296